Пословицы и поговорки о спорте и здоровье

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

И смекалка нужна, и закалка важна.

Играй, не отыгрывайся; лечись, не залечивайся!

Где здоровье - там и красота

Двигайся больше - проживешь дольше.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто встал до дня, тот днем здоров.

Солнце, воздух и вода наши верные друзья.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Чистота - залог здоровья.

Если хочешь быть здоров - закаляйся.

Гимнастика удлиняет молодость человека.

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Аристотель: Ничто так не истощает и не разрушает человеческий организм, как физическое бездействие.

Цель физической культуры: Быть здоровым и с фигурой

От лежанья да сиденья хвори прибавляются.

Клавдий Гален: Тысячи и тысячи раз я возвращал здоровье своим больным посредством физических упражнений

Движение это жизнь.

Отдашь спорту время - взамен получишь здоровье

Здоровому все здорово.

Каждый кузнец своего здоровья

Смолоду занимайся - на весь век сгодишься!

Кто пешком ходит тот долго живет

Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь.

Тот здоровья не знает, кто болен не бывает.

Кто не курит, кто не пьет, тот здоровье бережет.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Лев Толстой: Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

Кто крепок телом тот богат и здоровьем и делом

Быстрого и ловкого болезнь не догонит!

Гиппократ: Как суконщики чистят сукно, выбивая его от пыли, так гимнастика очищает организм.